

Утверждаю:



Т.Н. Кирилюк

ДОУ

МДОБУ ДС 10 ЛМО

Отд./корп

День

16.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г 1,5-3лет/3-7	Цена 1,5-3лет/3-7лет	Калорийность 1,5-3лет/3-7	Белки 1,5-3л/3-7	Жиры 1,5-3л/3-7	Углеводы 1-3л/3-7
Завтрак	гор.блюдо		Молочная каша пшеничная	150 /200	21,66/23,38	133/183,6	6,4/7,7	7,4/10,0	10,3/15,75
	гор.напиток		Чай с сахаром	150/170	3,66/4,09	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
	хлеб		Батон с маслом	20/5 20/5	8,06/8,6	78/68	1,6/0,6	3,5/0,2	8,9/20,5
2 завтрак			Сок	100/100	3,8/11,8	75/75	0,7/1,8	0,0/0,1	16,5/21,0
Обед	Закуска								
	1 блюдо		Борщ с мясом со сметаной	150/200	22,58/24,06	136/185	1,8/2,3	2,5/3,1	11,6/14,5
	2 блюдо		Рожки с маслом	100/130	8,57/9,86	91/123,6	3,1/3,6	2,6/3,2	13,5/14,2
			Тефтели мясные	60/60	20,09/25,39	114,2/114,2	5,7/5,7	5,6/5,6	10,13/10,13
	Напиток		Компот из сухофруктов	150/180	2,99/3,32	47/70	0,0/0,0	0,0/0,0	11,7/17,5
	Хлеб бел./чёрн.		Хлеб пшеничный	50/70	3,15/3,38	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
Полдник			Омлет	80/80	21,45/31,45	171/258	8,5/12,6	8,4/15,9	15,7/23,6
			Икра овощная	30/30	4,62/4,62	70/70	0,0/0,0	4,0/4,0	8,0/8,0
	напиток		Чай с сахаром	150/180	3,66/4,09	41/63	0,1/0,1	0,0/0,0	14,5/15,6
			Хлеб пшеничный	20/25	2,15/3,38	47/70	4,0/4,8	0,5/0,6	15,0/18,0
					126,44/157,42				